

PARA CUIDAR A SU FAMILIA

Recursos, servicios y programas de Massachusetts para ayudarlo a usted y a su familia.

Servicios de salud

Información para padres y cuidadores sobre vacunas infantiles

<https://www.mass.gov/info-details/childhood-vaccine-information-for-parents-and-caregivers>

La vacunación es una de las mejores formas en que los padres pueden proteger a los bebés, niños y adolescentes de 16 enfermedades potencialmente dañinas. Estas enfermedades, que se pueden prevenir con vacunas, pueden ser graves, pueden requerir hospitalización o incluso ser mortales, especialmente en bebés y niños pequeños. Los padres pueden brindarles la mayor protección cumpliendo el cronograma de vacunación recomendado.

MassHealth Dental (Programa Dental de MassHealth) / DentalQuest

1-800-207-5019

<https://www.masshealth-dental.net/Home>

La salud bucal es importante para los niños, a partir del momento en que aparecen los dientes de leche por primera vez entre los seis y los doce meses de edad. Los niños deben visitar al dentista antes de cumplir su primer año. Se recomienda a las mujeres embarazadas visitar a un dentista durante y después del embarazo para garantizar una buena salud bucal. Los miembros de MassHealth pueden obtener ayuda para encontrar un dentista pediátrico o general.

Recursos de seguridad

Seguridad del asiento de automóvil

Encuentre un sitio de inspección de asientos de automóvil cerca de usted

<https://www.mass.gov/service-details/find-a-car-seat-inspection-site-near-you>

Seleccionar e instalar el asiento de automóvil correcto es importante para prevenir lesiones graves o la muerte. Hay controles de seguridad gratuitos de asientos de automóvil en los sitios de inspección en todo el estado para que pueda asegurarse de que estén correctamente instalados.

The Regional Center for Poison Control and Prevention

(Centro Regional para la Prevención y el Control de Envenenamientos)

1-800-222-1222

<http://www.maripoisoncenter.com/>

El Centro de Prevención y Control de Envenenamientos brinda tratamiento y apoyo las 24 horas para todo tipo de intoxicaciones. Los padres o cuidadores pueden comunicarse con el centro si un niño puede haber ingerido una sustancia venenosa, haber tomado medicamentos incorrectamente, haber ingerido productos domésticos, o haber estado expuesto a cualquier sustancia química o sufrido una picadura de insecto.

Servicios de apoyo

Parents Helping Parents (Padres Ayudando a Padres)

1-800-632-8188

Parent Stress Line (Línea de Apoyo para Padres)

<https://www.parentshelpingparents.org/parental-stress-line>

La Línea de Apoyo para Padres está disponible para padres y tutores que están abrumados o experimentando altos niveles de estrés. Si necesita a alguien con quien hablar, la Línea de Apoyo para Padres está disponible las 24 horas del día y cuenta con consejeros voluntarios capacitados que ofrecen apoyo con comprensión y sin prejuicios. Hay servicios de traducción disponibles.

SafeLink

1-877-785-2020

Massachusetts Department of Public Health

TTY: 1-877-521-2601

(Departamento de Salud Pública de Massachusetts)

<https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-safelink-resources>

SafeLink es una línea directa para casos de violencia doméstica en todo el estado que está abierta las 24 horas del día. SafeLink ofrece planificación de seguridad, apoyo para sobrevivientes e información sobre refugios de emergencia. Hay servicios de traducción disponibles.

**Massachusetts Postpartum Support International Warm Line
(Línea Directa de Apoyo Posparto Internacional de Massachusetts)
Recursos sobre la depresión posparto para madres**

1-866-472-1897

<https://www.mass.gov/service-details/postpartum-depression-resources-for-mothers>

Hay servicios de apoyo disponibles para las madres primerizas que puedan experimentar ansiedad o sentimientos de tristeza inexplicables después del parto. Hay muchos recursos disponibles para identificar cualquier signo o síntoma de depresión posparto.

**Massachusetts Immigration & Refugee Advocacy Coalition
(Coalición de Defensa de Inmigrantes y Refugiados de Massachusetts o MIRA, por sus siglas en inglés)**

617-350-5480

<https://www.miracoalition.org/>

MIRA es una organización de defensa estatal que brinda información sobre los programas disponibles para inmigrantes y refugiados, incluidos los derechos de los inmigrantes y los cambios en las reglas y regulaciones de inmigración.

Recursos para la prevención y consumo de sustancias

El consumo de sustancias puede afectar su salud y el bienestar de su familia. Si tiene problemas de consumo de sustancias o desea información adicional, comuníquese con su proveedor de atención médica o con uno de los programas que aparecen a continuación.

**MA Tobacco Cessation and Prevention Program
(Programa de Prevención y para Dejar el Tabaco de MA o MTCP, por sus siglas en inglés) / MA Smokers' Helpline (Línea de Ayuda para Fumadores de Massachusetts)**

1-800-784-8669

<https://www.mass.gov/massachusetts-tobacco-cessation-and-prevention-program-mtcp>

MTCP se dedica a ayudar a los consumidores actuales de tabaco y nicotina a dejar de fumar, proteger a niños y adultos de la inhalación pasiva de humo de tabaco y mucho más.

**MA Substance Use Helpline
(Línea de Ayuda de Massachusetts para el Abuso de Alcohol y otras Drogas)
Departamento de Salud Pública de Massachusetts**

1-800-327-5050

<https://www.helpline.ma.org>

La Línea de Ayuda para el Abuso de Alcohol y otras Drogas proporciona información confidencial gratuita y remisiones a servicios de tratamiento relacionados con el alcohol y otros trastornos por consumo de sustancias.

**Journey Recovery Project (El Proyecto de Recuperación)
Recursos para la recuperación del consumo de sustancias para personas embarazadas y en posparto**

1-800-327-5050

<https://journeyrecoveryproject.com/>

Ya sea que se encuentre en su proceso de recuperación o de crianza, este sitio web brinda consejos, información y recursos para cuidar de usted y su familia. Si necesita ayuda para encontrar un tratamiento, llame a la Línea de Ayuda de Massachusetts para el Abuso de Alcohol y otras Drogas indicada arriba al 1-800-327-5050 (TTY: 617-536-5872).

La marihuana y el embarazo y la lactancia

<https://www.mass.gov/info-details/marijuana-and-pregnancy-and-breastfeeding>

El consumo de marihuana antes de quedar embarazada, durante el embarazo y después del parto puede afectar su salud y la de su bebé. No se recomienda consumir marihuana si está amamantando y / o cuidando a un bebé. Hable con su médico si está consumiendo marihuana y está embarazada o planea quedar embarazada.

1-800-942-1007



SPANISH

WIC Nutrition Program (Programa de Nutrición WIC) • Nutrition Division (División de Nutrición)
MA Department of Public Health (Departamento de Salud Pública de Massachusetts)
Esta institución brinda igualdad de oportunidades en los servicios que provee.



Formulario nro. 140